Zensor 77

voorjaar 2017

MNNIKEN





Redactioneel

Monnikschap. Oftewel: thuisloos worden. Losgezongen van ideeën, gedachten, emoties, opvattingen, voor - en afkeuringen. Wat een dappere onderneming in een wereld die bol staat van real en alternative facts, real en fake news en een Amerikaans president die wisselt tussen tvscherm en smartphonescherm om zijn ommuurde wereldbeeld te voeden en te delen. Om in deze versplinterde wereld overtuigd te kiezen voor het thuisloze zenpad, zonder filter: #respect.

Deze Zensor staat bol van monnikenwerk. Dertig monniken telt onze sangha nu en Niko vertelde Jacqueline over zijn motivatie en aarzeling om tokudo mogelijk te maken. Ronald Uijtdehaage werd geraakt door het 'niets te weten, niets te hebben en niets te willen' - de kern van de ongehinderde geest. De kale kop van Adriaan Bakker triggerde gesprekken met zijn collega's, zijn klompen en een CD van Normaal hielden hem met beide benen op de grond. Jacky brengt ons de zen etiquette in herinnering en dat is fijn, leunend tegen de traditie krijgt de geest de vrijheid haar goddelijke gang te gaan. Dick Verstegen schreef een roestig stukje over een gek die voor de doden zorgt en Marga van Ree liep door Japan met Kobo Daishi. Ook ik was in Japan en aai sindsdien af en toe liefdevol over mijn eigen kleedje van bevrijding. En verder hartelijk dank aan Marianka met weer een mooi stukje met daarin verstopt een recept voor zalige sesshinsoep, aan Marrie die ons informeert over de nieuwste aanwinsten in de bibliotheek, aan Harry die gluurt bij de Trappisten en in zijn Haiku hoekje de thuisloosheid van meester Bananenboom beschrijft.

Kortom: er valt weer veel te genieten in deze wolken en water Zensor.
Veel plezier!

Gassho,

Connie

Inhoud

Zwerven over de Boeddhaweg

Bij Niko is iedereen welkom: ieder sanghalid dat monnik wil worden krijgt van hem de tokudo-wijding, waarbij hij ervan uitgaat dat het vervaardigen van de kesa, het traditionele monnikskleed, de kandidaat voldoende op zijn motivatie test: daar staat circa 225 uur voor. En zo zijn er vanaf 2009 dertig zenstudenten monnik geworden.

door Jacqueline Oskamp

Bij dit aantal kijkt Niko een beetje gepijnigd. ‘Ik heb er lang over geaarzeld en dat heeft vooral te maken met het woord ‘monnik’. In het Westen gaat een non of een monnik naar een klooster, doet een gelofte van celibaat en van gehoorzaamheid aan de abt of prior en leeft in principe de rest van haar of zijn leven tussen vier muren. In Japan heeft het woord monnik zo’n totaal andere betekenis dat we eigenlijk een nieuwe term moeten zoeken. Ik geef de voorkeur aan unsui: ‘als wolk en water’, zo vrij en willoos.

In Japan mogen zenpriesters en monniken trouwen. Dat stamt uit de tijd dat Japan zijn grenzen openstelde voor het Westen. Het shinto was op dat moment het meest populair, terwijl het zenboeddhisme de naam had ouderwets te zijn, zelfs middeleeuws. Boeddhisten hebben er toen alles aan gedaan om te laten zien dat ze moderne burgers waren. De reden dat er van staatswege toestemming werd gegeven voor het huwelijk was dat de priesters niet langer een eigen status zouden hebben: eenmaal getrouwd waren ze gewone burgers. Het was dus ook een vorm van machtspolitiek.

Wij vinden het raar dat de staat daarover beslist. Hoewel in Japan er een officiële scheiding is tussen kerk en staat, is deze er in feite niet. De geboorte van een kind meld je bij de tempel, daar bevindt zich het bevolkingsregister. Japan is officieel een

democratie, maar niemand weet waar precies de macht ligt. Er zijn allemaal kongsies. Die onduidelijkheid zit ook in de status van de priesters.

In het westen kunnen zenpriesters zelf kiezen of ze willen trouwen of niet. Eigenlijk is Zenriver in Groningen nog het meest duidelijk over het monnikschap: monniken hoeven niet celibatair te zijn, maar wonen wel in het klooster.

Ik zou het liefst het onderscheid tussen leken en monniken opheffen. De leken in het westen doen namelijk wat de monniken in Japan doen: mediteren. Een zenboeddhistische burger in Japan mediteert niet. Hier wel en behoorlijk serieus ook. De intentie waarmee je het geestelijk pad gaat zit dus niet in het woord maar in de vorm. Hier in de stad hebben we een andere vorm dan bij Zenriver, maar de intentie om ten volle de boeddhaweg te gaan, is gelijk. Daarom speel ik soms met de gedachte om er één ceremonie van te maken: een combinatie van jukai en tokudo. Met als symboliek: in de geest zwerver worden. Het huis verlaten.

Ik word gesterkt in die gedachte door de prachtige scriptie die Marieke Heijman over dit onderwerp heeft geschreven. Zij heeft de jukai-ceremonie in het Westen en in Japan bestudeerd. Daaruit blijkt dat wat wij jukai noemen in Japan in feite tokudo is. En onze jukai-ceremonie is daar een eerbetoon aan de overledenen. In feite houdt Tenkei Roshi in Zenriver zich het meest strikt aan de Japanse manier en dan liggen die twee dicht bij elkaar. Ik denk dat het woord ‘monnik’ refereert aan het archetype, waar iedereen over beschikt, om een geestelijk leven te verzorgen.

Ik weet niet wat het effect is van het grote aantal monniken in onze sangha. Als er een tweedeling gaande is, zou ik dat heel triest vinden. Zoals gezegd, denk ik er wel eens over na om de ceremonies van jukai en tokudo gelijk te schakelen en bijeen te brengen in één ceremonie.. Maar dat is wellicht aan mijn opvolgers. Ik ga door met het te doen zoals we dat de afgelopen tijd gedaan hebben..

Bij Deshimaru wordt iedereen meteen monnik. Ook de leek krijgt een kesa. Dat is ook Dogens wens. Uiteindelijk draait het allemaal om thuisloosheid. Misschien nog minder om het ego als wel het bezitsgevoel: mijn leven, mijn lichaam, mijn geestelijk pad. Daarvan zegt de Boeddha: dat is de doorn in het hart. Ook al hebben we een

huis, we hebben geen vaste verblijfplaats en daarom kunnen we overal thuis zijn. Dat is een innerlijk proces. Aan de buitenkant kun je dat niet zien.

Suzuki Roshi had een ziekenfondsbrilletje en zei: ‘Dat brilletje is van jullie en jullie zijn zo aardig om het aan mij te lenen.’ Dat is het idee. We hebben dit bestaan in bruikleen. Hoe belangrijk bezittingen ook zijn, je voelt je vrijer en zorgelozer als je er niet te veel aan vastklampt. En natuurlijk geldt dat in ultieme vorm voor ons leven. Het onderkleed van de monnik is wit. Wit is de kleur van de dood. In de kesa ben je klaar om te sterven.

Bij de sannyasin in India bestaat een mooie ceremonie waarbij iemand zwerver wordt: na 24 uur vasten in afzondering wordt hij op een brandstapel gelegd, die symbolisch wordt aangestoken. In het Nieuwe Testament kom je hetzelfde idee tegen: het oude kleed afleggen en een nieuw kleed aannemen. Dat betekent sterven.

Na afloop van de tokudo-ceremonie houden wij altijd een feestelijke receptie, maar in Japan is het helemaal geen feest. Tokudo doe je in je eentje met de abt. Aan de andere kant: sterven betekent ook bevrijding. Dat kun je ook vieren.



De monnik en niks

“En je kunt er niets aan ontlenen”.
Dit zei Niko nadat hij had toegezegd om mij door de Shoku Tokudo te leiden. Wilde ik er iets aan ontlenen? Hij maakte me bewust dat die valkuil nu voor mij lag.

Door Ronald Uijtdehaage

Ruim een jaar was ik bezig met het maken van rakusu, de lineage, het bidkleedje en de kesa. Ik deed het, maar niet omdat ik monnik wilde worden. Ik wilde onderzoeken wat het voorbereidende werk met me zou doen. Het was te vergelijken met mijn beginnen met zen. Ik wilde niet persé zen doen, ik was niet op zoek naar geluk of rust of zo. Tibetaanse monniken en nonnen waren de oorzaak. Zij die na jaren van martelingen in de Chinese gevangenissen, geen haat voelden naar hun beulen. Hoe kon dat? Welke staat van geest hadden zij? Bij toeval passeerde een introductiecursus zen. Had het Tibetaans boeddhisme geweest, had ik dat waarschijnlijk gedaan. Maar het was zen en ik koos voor deze poort naar inzicht.

Zen beoefenen heeft mij geleerd dat in een religieus aandoende omgeving, zonder maatschappelijke en religieuze dogma’s, het mogelijk is in zazen de geest te ruimen. Deze geruimde en verruimde geest hoeft vervolgens niet weer gevuld met regels, rituelen en dogma’s. In dat licht hecht ik niet zo aan Japanse zengewoonten en ben ik geen boeddhist. Boeddha’s zoektocht is mijn inspiratiebron en toen was er geen boeddhisme.

Dat je met de Jukai-ceremonie boeddhist zou worden en de bijbehorende geloften, waren voor mij redenen om deze ceremomie niet te doen. Later, toen ik een keer een unsui-ceremonie bijwoonde, werd ik verpletterd door de Tokudo-geloften: “niets te willen, niets te hebben en niets te weten”. Deze omvatten voor mij de essentie van de ongehinderde geest, de kern van zen. Te leven met een thuisloze geest is een prachtige oefening tijdens zazen en daarbuiten. Oké, dat bij de Tokudo-ceremonie het Jukai-ritueel herhaald zou worden was wel even een overdenkertje...

Het maken van de rakusu en de kesa stimuleerde mijn irritatie-zenuw. De eerste was klein priegelwerk, het monnikskleed was onderhandelbaar groot. En toch mezelf overgeven aan het proces van eindeloos steekjes maken. Iemand had berekend dat de kesa circa tweehonderd maak-uren vraagt. Het was ook een proces van accepteren van mijn handtekening van missertjes die het resultaat zou kenmerken. Dit voortraject werd een fijn feest van grenzen ontmoeten en ermee omgaan.

De achtiende dag van de twaalfde maand was ik klaar en ik wist niet of ik monnik wilde worden. Mijn onderzoek naar soms aanwezige weerstand, leerde dat ik eigenlijk zekerheid zocht in het mij bekende leven. Wat zou het monnikschap brengen? Zou het mij beknellen? Enfin, ik zou niet letterlijk een klooster ingaan en ik kon altijd weer geen-monnik worden. Dus ik vertelde Niko dat ik monnik wilde worden, maar dat hij me niet moest vragen waarom, want dat wist ik niet. Hij glimlachte. Het is jammer dat het woord zenmonnik met westerse oren gehoord wordt. Wie kent hier de betekenis van unsui: water en wolk zijn, zo de situatie dat vraagt?

The day after stond ik weer, nu als zenmonnik, in mijn dagelijks leven. Hoe manifesteer ik unsui? Intreden in een klooster impliceert het afleggen van het maatschappelijk bestaan: je naam, eigendommen, baan en dergelijke. Qua dagelijkse beoefening is dat misschien wel makkelijker?

Ik moest gewoon weer mijn dagelijkse dingen doen, met mijn oude naam, mijn eigendommen en dergelijke. Om het mezelf niet makkelijk te maken heb ik mijn monniksnaam als tweede voornaam ingevoerd. In de niet-zenomgeving stel ik mij zo voor, onderteken ik enzovoorts. Immers ik ben altijd unsui. Het roept bij anderen vragen op, die ik beantwoord en tegelijk onderzoek ik of ik er toch niet iets aan ontleen. Evenzo onderzoek ik dagelijks hoe mijn maatschappelijk opereren zich verhoud tot niet te willen, niet te hebben en niet te weten. Zo heeft mijn unsui-schap mijn veld van beoefening nadrukkelijker vergroot en geïntensiveerd.
Ik ben unsui in de traditie van Niko. Tegelijk staat mijn vrije geest los van elke traditie. Zo beschouwd ben ik, in volle overtuiging, ‘een monnik van niks’.



Tokudo Waarschuwing: hier word je heus niet wijzer van!

Door Adriaan Bakker

Toen ik op 2 januari met een kale kop op kantoor kwam, bleken veel collega's gelukkig nog vakantie te hebben en ontmoette ik nauwelijks commentaar. Een enkele grapjas wist ik snedig van repliek te dienen (voorbereid!). Pas toen in de namiddag twee collega's kennelijk echt uitleg wilden ("was het dan een weddenschap soms?") heb ik verteld dat ik zenmonnik was geworden. In het daaropvolgende gesprekje stelde een van hen de vraag: "Moest je daar ook een soort examen voor doen?" Ik antwoordde dat je er niets bijzonders voor hoeft te kunnen (diep!). Dat stelde hem enigszins gerust en hij sprak de hoop uit dat ik wel de oude zou blijven (ik heb de reputatie dat ik uit gedrevenheid soms wat scherp van tong kan zijn) en dat vond ik een aardige opmerking.

Maar terugkijkend op het hele proces tot, had dat wel raakvlakken met een examen. Noem het een proeve in omgaan met mijn eigen ideeën over….: Tokudo dus. Alleen dat woord al roept bij mij een reflex op om de klompen (heb ik echt!) aan te doen en een CD van Normaal op te zetten. "Wolk en water" (unsui) vind ik dan wel weer mooi; je houdt niet voor niets van zeilen. Maar 'thuisloosheid' vind ik pedant: koophuis, van beton zonder rot, bouwjaar 1989, bijna afbetaald, geen aardbevingen en wel bekwame dijkgraven. Hoe relatief ook; dat biedt enige zekerheid nietwaar?

Niko spreekt echter over 'thuisloosheid in de geest' en dat vind ik een stuk aansprekender. In alledaagse zin reflecteert het al in mijn persoonlijke situatie: sinds midden vorig jaar heb ik geen nabije familie meer en ik voel me dikwijls verweesd en 'ontheemd'. Maar het resoneert ook in mijn persoonlijke verstaan van de menselijke conditie, die ik waarschijnlijk heb ontwikkeld door een combinatie van Nature en Nurture. Zo rijpte ook een ander verstaan van de formele Tokudoceremonie en een

wens om me symbolisch en uitgesproken te bekennen tot een levenslang onderzoek van de ‘thuisloosheid in de geest’ en wat dat teweeg brengt. Hiervoor hoef je natuurlijk geen Tokudo te ontvangen, dat is hopelijk duidelijk. Maar er groeide ook een onduidbaar verlangen om het toch te doen en een intuïtief gevoel dat de tijd rijp was, in weerwil van mijn nuchtere ideeën en rationele argumenten; een drijfveer die ik dus niet goed kan uitleggen.

Een (op het eerste gezicht) meer profane reden was dat ik ook graag eens iets van Niko wilde ontvangen. Bij eerdere formele en ceremoniële stappen (Jukai en ‘Life Vows’) was Genpo Roshi degene die mij inwijdde en dat waren gedenkwaardige gebeurtenissen. Maar ik trek nu al zo lang met Niko op, dat ik onze relatie wilde verrijken met deze kostbare gift. En ik voel me vereerd dat ik van hem het zo moeilijk te hanteren ‘wijdse kleed van bevrijding’ (de O-kesa) gekregen heb.

Om het te verheffen boven het persoonlijke: deze ceremonie voelde ook als een uitdrukking van toewijding aan deze traditie en praktijk, in samenspel belichaamd door Niko, mijn persoontje en alle getuigen. Ik neem het zeer serieus, maar hopelijk niet al te ernstig.

En die Kesa, die past ons allemaal, zo blijkt. Ik heb een boek waarin een foto van Jan Willem van de Wetering, in kimono op klompen met het onderschrift: ‘een combinatie van Hollandse nuchterheid en oosters gedoe’. Altijd een lichtend voorbeeld gevonden.

Ik moet nog wel zelf leren me in de gewaden te hullen, want Jacky is natuurlijk niet altijd bij de hand. Het was wel een hele verkleedpartij die vrijdag 30 december en ik had nauwelijks door wat ik allemaal om gedrapeerd kreeg. En ik was aanvankelijk ietsje ongemakkelijk onder al die toekijkende ogen, maar dat ligt aan mij. Het bleek een zeer geslaagde dag en ik vond alle hartelijkheid hartverwarmend. Dus dat examen….? Is een gepasseerd station.








Geen zin in zen

Oké. Dit wordt een stukje vol contradictie dat ook nog 's nergens toe leidt. Kortom: op en top zen.

door Connie Franssen

Vorig jaar had ik helemaal geen zin in zen. Niet in zitten, niet in de leraar en al helemaal niet in traditionele toeters en bellen. Ik had namelijk een inzicht gehad – dank u dharma – tijdens het zitten. Of tijdens het fietsen, daar wil ik vanaf wezen. Zoals dat gaat met inzichten, verliezen ze redelijk snel hun verlichte glans en schittering als je ze niet onmiddellijk in geuren en kleuren opschrijft, maar het was ongeveer dat zen en beoefening ook maar bedachte concepten zijn. En dat de rituelen ons van de straat houden en dat is het wel zo'n beetje. Weg met de concepten! Zoiets zei het inzicht ongeveer. Dat had gevolgen. De rakusu verdween in een la en onze rode lineage bracht me geen ontroering en nederigheid meer. In plaats daarvan hoorde ik in gedachten de stem van René, al jaren overleden, die tijdens een discussie over de rol van vrouwen in de lineage droog opmerkte: we zetten gewoon een extra een regel op het bord, 'voor vrouwen zie ommezijde'.

In december liep ik, vers uit het vliegtuig en licht verdwaasd maar gelukkig, op Tokyo Central Station. Ik probeerde een kaartje te toveren uit een onbegrijpelijke kaartjesmachine en keek naar het nog onbegrijpelijker bord met rode, groene, blauwe en gele trein, - en metroroutes die een ongetwijfeld briljant nummersysteem hanteerden dat mijn begrip ver te boven ging. Om me heen mensen, mensen en mensen. Doelgericht op weg. En toen, ergens voor me uit. Twee kale koppies, robes, rakusus en gebroken dennetakjes in de nek. Een paar seconden liepen we in kinhin door de massa. En was ik thuis.

Dat is dus wat traditie doet. Je bent even thuis waar je je ook bevindt. Toen ik nog danste was traditie mijn houvast. Een grand jete is een grand jete: in New York, München en in Emmen. Traditie geeft ook vrijheid. Je kunt er tegenaan leunen, hoeft even niet na te denken over wat gebruikelijk is en hoofd en hart zijn vrij om zich met

belangrijker zaken bezig te houden. Dankzij de sesshinbelletjes weten we, heerlijk overzichtelijk, precies waar we moeten zijn en wat we moeten doen en krijgt de geest alle ruimte.

Japan is een vormelijk land en ik genoot er iedere seconde van. Een verademing na het Nederlandse 'ik zeg en doe wat ik wil want dat is vrijheid'. Ha! Reizen in een overvolle trein met stilte om je heen, dat is pas vrijheid. Dan ga je voelen: vorm verdeelt de eenheid. Eenheid die voelbaarder wordt naarmate de vorm helderder is. Zoiets. Nou ja. Enfin.

Ooit verlangde ik naar Tokudo. Ik denk dat ik verlangde om de verkeerde redenen. Erbij horen, een persmoment creëren, mijn leraar een plezier doen. Na Japan, mensen bezig te zien doordrenkt van traditie, durf ik helemaal niet meer. Tegelijkertijd doe ik mijn rakusu weer met het grootste respect om en aai ik er tijdens het zitten af en toe even liefdevol over. Mijn kleine bevrijdingskleedje.



Zendo etiquette

Binnenkomertje

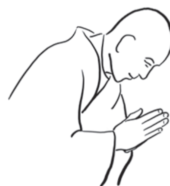
door Jacky Demmers

Een doordeweekse avond in druilerig Amsterdam. Je peddelt rustig door de jachtig, jagende stad op weg naar een avondje zazen. Je 'mist' weleens een rood stoplicht, ontwijkt luid bellend talmende toeristen en snijdt een stukje af door tegen de rijrichting in te fietsen. Maar je doet niets om jezelf of andere verkeersdeelnemers in extreem gevaar te brengen en arriveert ongedeerd op je bestemming. Je stalt je fiets in een van de rekken aan de gracht en loopt naar de grote groene deur van de zendo, die uitnodigend op een kier staat. In de gang komt het geroezemoes vanuit het theehuis je tegemoet. Je opent de deur, roept 'Goedenavond' en hangt je jas in de daartoe bestemde garderobe. Je schoenen zet je in de rekken naast de ingang naar de zendo en vervolgens neem je iets te drinken. Je zet nog gauw even je telefoon uit en gaat naast een van de andere bezoekers zitten om wat bij te praten voordat de meditatie begint. Geheel onbewust en zonder er een moment bij stil te staan heb je je onderweg al aan heel wat regels en overeenkomsten gehouden. Geen wonder, want ze zijn je met de paplepel ingegoten en je beschouwd ze als vanzelfsprekend.

Om vijf voor acht klinken de kleppers; het startsein voor de meditatieavond. Je staat op en onderweg naar de zendo was je je kopje af in de keuken en zet het in het afdruiprek. Dan sta je voor de ingang van de meditatiehal; een gewijde, stille ruimte. Hoe stap je nu volgens de regelen der kunst en zonder iemand voor het hoofd te stoten naar binnen? Eigenlijk is het heel simpel, mits je je aan de 'verkeersregels' houdt.

Je betreedt de zendo aan de kant waar de deurscharnieren zitten. Bevinden die zich aan de linkerkant, zoals in Amsterdam, dan stap je met je linkervoet over de drempel. Ga je de zendo uit, dan zitten de scharnieren aan de rechterkant en verlaat je de ruimte aan de rechterkant en met de rechtervoet. Alleen de abt van een zenklooster of de leraar mag via het midden van de deuropening naar binnen. Ieder ander dient in Amsterdam aan de linkerkant te blijven.

Nu sta je in die gewijde ruimte met de voeten netjes naast elkaar. Je draait naar het altaar, zodat je naar het Boeddhabeeld kijkt. Legt je handpalmen tegen elkaar, brengt ze omhoog met de middelvingers ter hoogte van de neus en draait de ellebogen naar buiten. Dit noemen we gassho. Het is een houding van respect, dankbaarheid en waardering. Het drukt ook de eenheid uit van jezelf en de Boeddha. En uiteraard is het een groet.



Maak nu een staande buiging in de richting van het Boeddhabeeld. Dat doe je vanuit de heupen, met alleen het bovenlichaam en een gestrekte rug. Met je neus op je knieën terechtkomen is wat veel van het goede, maar een minzaam knikje richting het altaar is wat weinig. Dus hou het op de 'Weg van het midden', precies zoals de Boeddha dat graag ziet.

Breng nu je handen ter hoogte van het borstbeen. Vouw de duim van je linkerhand tegen de handpalm en vouw er vervolgens de andere vingers omheen zodat je een vuist hebt. Dan leg je de vingers van je rechterhand om deze vuist, waarbij je rechterduim bovenop komt te liggen. De onderarmen hou je horizontaal, evenwijdig aan de grond. Dit heet shashu. Wanneer je door de zendo loopt, heb je je handen altijd in shashu. Het wordt namelijk als uiterst onfatsoenlijk beschouwd wanneer je je met zwierig, zwaaiende armen door de ruimte beweegt.



Het klinkt bijna alsof je in een keurslijf van regeltjes wordt gestopt. Maar wanneer je het vaak genoeg doet, wordt het net zo vanzelfsprekend als op een druilerige doorweekse avond door jachtig Amsterdam fietsen. En dan ga je misschien ook zien hoe bevrijdend ze zijn.

Inmiddels sta je wel in de zendo. De eerste drempel is geslecht. Nu is het zaak bij je kussen te komen. Dat kunststukje bespreken we de volgende keer.



Een taal te vinden

Wat is het dat mij zo raakt in dit zinnetje? Dit wordt weer zo'n stukje waarvan ik absoluut niet weet waar het naartoe gaat. Alleen dit zinnetje: een taal te vinden.

Door Marianka Schep

Het is uit het prachtige kleine boekje, 'Moeders Zondag' van Graham Swift. Een juweeltje, 150 pagina's die één dag uit het leven van een dienstmeisje uit 1924 beschrijven. Een dienstmeisje dat later schrijfster wordt.

Is het dat dit zinnetje mij raakt omdat ik nog geen uitgebreidere aankondiging heb gemaakt over de schrijfcursus met Connie in de Peloponnesos eind mei? Er hebben zich al wel mensen opgegeven dus misschien hoeft dat niet zo officieel.

Woorden, taal, schrijven. Ik luister altijd op zaterdagochtend op Radio 1 naar 'De Taalstaat'. Het gaat over taal. Een taal, communicatie, verbinding vinden is belangrijk. Niko heeft zo zijn taal, spreektaal, schrijftaal en die wordt verstaan. Ik versta hem goed, al spreek ik die taal niet. Hij zegt iets wat verstaan wil worden. Zeg ik iets wat verstaan wil worden? Lastig dit soort woorden. Ja, natuurlijk willen we allemaal verstaan worden. Maar voor mij is het schrijfproces waar het om gaat. Iets drukt zich uit in iets dat verstaan wil worden en wat mijn Ik niet weet. Dit spannende NU, niet weten wat geschreven wil worden: ik vertrouw wat zich wil laten weten.

Of, zoals na de ochtendmeditatie van 8-9 uur. We gaan daar zitten en niemand weet wat er gezegd gaat worden, we drinken gewoon koffie. Het werd een prachtig verrassend gesprek over documentair theater en nalatenschap (Nachlass), over Trump en waarom we hier in de zendo zitten.

Ik vertelde aan mensen over Griekenland: 'Dan doe je 's morgens de luiken open en dan hoor je: ssh ssh...golven die zachtjes omslaan 20 meter verderop. Dan ga je zwemmen. Geen kip te bekennen, op dat hele strandje niet. Op de terugweg pluk je

Wortelsoep van Jan voor 4 á 6 personen

1 kilo winterpenen
2 flinke uien
1 teen knoflook
2 theelepels gemalen koriander
Pakje sojaroom
Groentebouillon naar smaak
Eventueel een klein scheutje shoyu (sojasaus)



Snijd de uien in stukjes en bak ze aan met wat olie. Voeg water toe en laat pruttelen, minstens een uur. Zo nodig af en toe een beetje water aanvullen. Maak de winterpenen schoon en kook ze in 20 minuten gaar. Giet de winterpeen af en bewaar het kookvocht. Voeg toe: De uien, gemalen koriander, knoflook bouillon en soyaroom. Pureer alles met een staafmixer en voeg geleidelijk het kookvocht van de wortelen toe tot de gewenste dikte is ontstaan. Soja eventueel naar smaak toevoegen. Serveren maar!

een paar sinaasappels voor bij het ontbijt op het terrasje voor jouw appartement. Stilte, ruimte, natuur. ‘

Waarom maakt dit dat mensen zeggen ‘oooh ik kom’. Ik heb geen woord over Connie en de schrijfcursus gezegd...Wat voor taal is dat dan...??? Wat maakt dat ik dit schrijven wil doen, niet in Amsterdam maar daar?

Ik ben vorig jaar begonnen met het schrijven van een spirituele biografie en er weer mee opgehouden. Want ik houd niet van lineair schrijven. Dat zullen jullie ondertussen wel door hebben uit deze stukjes.

Ik hoop met Connie in Griekenland een taal te vinden om ook iets wat langer is, zo te kunnen schrijven als deze stukjes. Schrijven, woorden, stromen, hoe dan ook, wat dan ook vanuit niet weten.

En wat heeft dit nu weer met soep en zen te maken? Volgens mij heel veel maar vraag me niet het uit te leggen. Soep maken, stukjes schrijven, een pot nat: een soepzooitje.

Ik had jullie om een recept gevraagd en dat is er gekomen: van Jan Klungers. Dank je wel Jan! Ik ga het uitproberen. De volgende keer komt er weer een recept van ‘mij’.

Had ik verteld over de casavesoep van afgelopen weekend? De groenteman uit de Bloedsteeg, bij de Nieuwmarkt had mij, in plaats van de 4 kilo casave waar ik om vroeg, 9,5 kilo gegeven want hij had nog een ‘restje’ over dat weg moest. Heb je ooit een casave gezien? Dat is een niet uitziende bruine grote wortel met de textuur van bergen, passen en dalen in het klein. Niet om aan te zien. Die resterende 5 kilo heb ik met bast en al bij de overgebleven en mee te nemen zaken aan het einde van het weekend gelegd, met het casavesoep recept ernaast. Alles was in 5 minuten weg! Maar nu is het tijd voor wortelsoep.



Nieuwe aanwinsten in de bibliotheek

door Marrie van der Leden

De nieuwste aanwinst van de afgelopen tijd is een schenking van De vrienden van het Boeddhisme. De stichting Vrienden van het Boeddhisme (VvB) wil – zonder voorkeur voor een bepaalde richting of stroming – de kennis van de beginselen van het boeddhisme bevorderen en de praktische toepassing van deze beginselen aanmoedigen. De stichting VvB streeft naar een vormgeving van het boeddhisme passend in het westerse cultuurpatroon.

De schenking is een set van 14 boeken met canonieke werken die een deel van de Pali-Canon uitmaken. Van de Anguttara-Nikaya-vertaling zullen naar verwachting nog drie delen verschijnen, die ook aan ons geschonken zullen worden. Daarmee zullen dan de vier grote Verzamelingen (Nikaya's) van de mand van de Leerredes (Sutta Pitaka) in de nederlandse vertaling voltooid zijn. Van de vijftien werken van de Khuddaka-Nikaya zijn er tot nu toe acht vertaald in KN 1, KN 2 en KN 3. of de vertaling ooit voltooid zal worden, zal de toekomst leren.

De nieuwe aanwinsten in onze bibliotheek zijn:

- Breet, J. de, & Janssen, R., Kloppenborg, R. 2001-2016, Pali-Canon, bijna complete Nederlandse vertaling, 14dln. Nieuwerkerk a/d IJssel, Nederland: Asoka.
- Coppensoor, G. (1997). Rondom Georges Bataille, tien lezingen over filosofie, kunst, ethica en politiek. Amersfoort: Acco.
- Eckhart, M. (2001). Over God wil ik zwijgen. II: Preken. Groningen, Nederland: Historische Uitgeverij.
- Merzel, D. Genpo. (2016). Spitting out the bones. Salt Lake City, USA: Big Mind Publishing.

Een gek die voor de doden zorgt

(een roestig stukje)

door Dick Verstegen

‘Zenmonnik worden - dat is volkomen abnormaal; dan ben je echt van God los.’ Deze reactie kreeg ik onlangs van een familielid op mijn monnikschap, vorig jaar door Niko sensei bevestigd met een Shuke Tokudo-ceremonie. Zo gek als een deur dus. En diehard-zenmonnik Zeshin van der Plas (Bemmel) onthulde onlangs in het Boeddhistisch Dagblad dé functie van de Zenmonnik: zo’n monnik zorgt voor de doden. Punt. Duidelijk. Maar is het beeld daarmee –een gek die voor de doden zorgt- compleet?

Wie weet. In elk geval wil ik in dit stukje even stil staan bij een tekst die mij vanaf de eerste keer dat ik hem hoorde diep raakte. De Raisanmon van Keizan Zenji, die aan het einde van een monnikswijding wordt voorgelezen.. Hij begint ermee dat je eeuwig blijft rondzwerven als je je niet realiseert dat de bron van de geest oceanisch kalm is en de zee van de Dharma grenzeloos. Besef je het wel ‘dan ben je meteen thuis.’ Maar wel thuisloos zijn en blijven graag! Want anders doe je voor spek en bonen mee. Thuis in de grenzeloze thuisloosheid van de Dharma dus.

Dat oceanisch kalme…Niet mijn denkgeest dus, want die papegaait maar door. Maar wel de bron van de geest, dat onkenbare dat met deze woorden iets herkenbaars oproept. Het hoort ook zozeer bij mij….dat het tot mijn eigen verwondering ‘thuis’ is. Maar zodra ik dit ‘thuis’ wil bevestigen met palen in de grond en een dak erop wordt het een dringend appèl om toch vooral thuisloos te zijn.

‘De diepste werkelijkheid omvat alle verandering, maar is er tegelijkertijd zelf vrij van’, zeggen Kazuaki Tanahashi en Joan Halifax in hun nieuwe boek over The Heart Sutra. Deze diepste werkelijkheid betreft het begrip Leegte of ‘Boundlesness’

-Grenzeloosheid-, zoals zij het nader invullen. In feite niets anders dan het leven zelf, dat wat ons bestaan draagt en het leven tot leven maakt. Diezelfde grenzeloosheid. Zonder woon- of verblijfplaats. Vooral niet in je innerlijke gewoontesporen. Meister Eckhart noemt dit 'Abgeschiedenheit' . De ziel heeft er geen naam meer. 'Vrij van alle namen en naakt van alle vormen, helemaal leeg en vrij, zoals God leeg en vrij in zichzelf is.'

Dat is de roep die je als kersverse zenmonnik op je boterham krijgt van deze Keizan Zenji, een belangrijke opvolger van Dogen, de grondlegger van de Soto zen en Keizan werd in dat proces een generatie later zijn grote helper. We scheren ons haar af, gaat hij verder in de Raisanmon, 'de wortel van de menselijke gehechtheid'. En die monnikskleren, die nooit echt lekker zullen zitten, bevestigen onze 'vrijheid van functioneren'. Hoe roestig het allemaal ook mag voelen: thuisloosheid brengt vrijheid, is vrijheid. Geen verlichting zonder thuisloosheid roept Keizan. En zij gaat nooit verloren! Je bent nu een kind van de Boeddha, onherroepelijk en voor altijd geboren in het land van geen geboorte van de Boeddha. Wat ongelooflijk!

En dan komt de oproep je ouders te bedanken voor je leven, Want daardoor kun je dat wijden aan het welzijn van alle wezens. Iets in me begint te dagen. Want zo heb ik nooit naar mijn reeds lang overleden ouders gekeken. Zo gek was ik niet op ze, eigenlijk. Maar nu opent zich een nieuw venster. Daarin zie ik al mijn voorouders achter me staan, zoals ik eens in een familieopstelling meemaakte. Ze waren er en ondersteunden me. Die lineage, zie ik nu, is even belangrijk als de lineage van de Kechimyaku. En mijn ouders staan vooraan. Ik kan zo naar ze zwaaien en die wens stijgt uit boven mijn gevoelens voor ze.

Er welt een nieuwe behoefte in me op: zorgen voor mijn overleden ouders en al die ouders vóór hen. Zorgen voor de doden. Ja. En betekent 'van God los' eigenlijk niet, zoals ook Eckhart benadrukt: los van alle beelden die wij van God en het goddelijke maken? Wat immers een essentiële voorwaarde is voor thuisloosheid. Een beetje gek moet je daarvoor natuurlijk wel zijn: een gek die voor de doden zorgt.



O henro in Japan

Een voettocht met Kobo Daishi - Dogyo Ninin (wij tweeën, die samen reizen)

dor Marga van Ree

Het is alweer bijna een jaar geleden dat ik de pelgrimstocht op Shikoku liep. Shikoku is het kleinste van de 4 grote eilanden van Japan.

Kobo Daishi is in het Westen lang niet zo bekend als bijvoorbeeld Dogen. Hij werd in 774 op Shikoku geboren en was o.a. monnik, priester, dichter, pedagoog. Hij reisde naar China om te studeren en stichtte na terugkeer in Japan het esoterisch Shingon Boeddhisme: een vorm van Boeddhisme waarin rituelen, het mysterie, magische spreuken de beoefenaar helpen inzicht te krijgen. Het lichaam en vormen van ascese zijn hierbij onmisbaar.

Op Shikoku heeft Kobo Daishi veel rondgereisd, volgens de legende verrichtte hij er wonderen en bouwde hij er onnoemlijk veel tempels. Langs 88 hiervan heeft hij de pelgrimstocht gesticht, om zo, al lopende de mensen de mogelijkheid te geven alle misleidende gedachten kwijt te raken en het Nirvana te bereiken. De tocht beslaat ongeveer 1200 km en volgt grotendeels de kustlijn. De tempels liggen verspreid over het eiland, soms dicht bij elkaar, soms op grote afstand. 61 tempels liggen in de bergen, waarvan 25 op de (soms pittige) top. 27 Tempels liggen aan de kust.

Kobo Daishi is in Japan nog steeds erg populair en de tocht is in Japan de belangrijkste pelgrimage. Zijn geest leeft er nog steeds en als je het toestaat voel je zijn aanwezigheid tijdens de tocht overal en loop je daadwerkelijk met hem samen: Namu Daishi Henjo Kongo is hierbij de belangrijkste mantra (ik vertrouw mezelf volledig toe aan de grote leraar Kobo Daishi).





Kobo Daishi

Het gaan van het pad is het doel.

Het eiland is een Dojo (een plaats waar je lichaam en geest spiritueel traint). De bergen, de bomen, de rivieren vormen het ware lichaam van Dainichi. En je doorloopt hierbij lichamelijk (de 4 provincies stellen ieder een Dojo voor) en innerlijk (volgens het boekje…….) de volgende fasen:

In de eerste Dojo neem je je voor te ontwaken, in de tweede train je je religieuze discipline, in de derde wordt het pad helder en realiseer je je de betrekkelijkheid van wereldse verlangens en in de vierde bereik je het Nirvana.

Er is overigens geen echt einde, eigenlijk gaat de tocht door - daar op het eiland (als een kringloop) of weer op weg naar huis. Want, wat is een begin en wat is een einde?

De dag begint bij tempel 40, Kanzijai-jit

In tegenstelling tot bv de tempels van Kyoto zijn de tempels op Shikoku eenvoudig. Zij zijn behoren bijna allemaal tot het Shingon (en 4 aan Zen). Gebouwd om de gewone mensen te dienen. En op een bepaalde manier hebben ze juist in die eenvoud betekenis, leven ze. Het zijn als het ware spirituele checkpoints en gaandeweg wordt het je duidelijk dat het de tocht zelf is die de tempels zo speciaal maakt.

Elke tempel is aan een heilige gewijd.

Senju Kannon Bosatsu

Bij elke tempel voert de henro een ritueel uit, met o.a. het reciteren van de hartsutra. En wordt het stempelboek bijgewerkt. Aankomen bij een tempel was iedere keer weer ‘thuiskomen’. Iedere tempel was anders, sommige groot en mooi verzorgd, anderen rommelig, midden in de stad. Maar altijd was daar een moment van inkeer van ‘stilstaan’ in het nu.

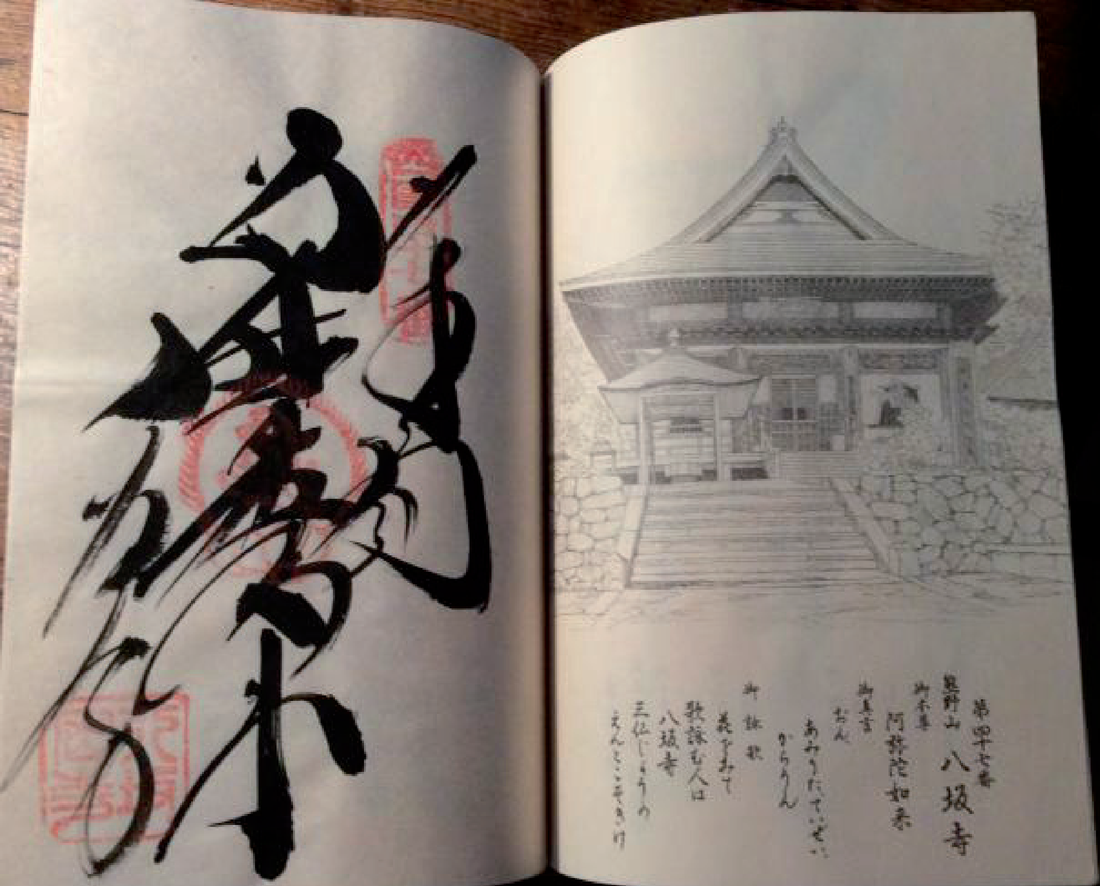
Bij sommige tempels kun je als pelgrim slapen en ’s ochtends kun je dan het sutra reciteren in de hoofdtempel bijwonen.



De dag begint bij Kanzijai-ji

Je komt herhaaldelijk jezelf tegen en je vraagt je af: geloof, waarin, waartoe? Zijn de volgende 1200 km geloof in Kobo Daishi? Of geloof in jezelf? Geloof in de mogelijkheid te eindigen waar ik begonnen ben? Om door te zetten en vol te houden (zware regenbuien, steile bergpaden, lange afstanden, bijna orkanen) Geloof in de mogelijkheid om van het eiland, de tempels, de mensen en de ervaring elke dag zo te lopen, te leren?

Kobo Daishi



de Yasaki-ji, gewijd aan Amida Nyorai

Het gaat denk ik, om het ‘ontwaakt’ zijn, alleen maar dat. Je adem te voelen bij het klimmen, je lichaam gewaar zijn. Dag in dag uit buiten te leven, in de natuur, maar ook lange dagen langs de snelweg, door de stad. In een eigenlijk heel klein bestaan te ervaren hoe groot en onmetelijk het leven is. Ik voelde me gedragen door het eiland, door de aarde, door het leven.

Het is met een open geest leven ervaren.

En daar ontzettend dankbaar voor zijn.

GLUREN BIJ DE BUREN

Gluren bij de buren is een nieuwe rubriek waarin sangha leden verslag doen van hun ervaringen met andere spirituele groepen of stromingen. Iedereen met ervaringen bij de Tibetanen, Quakers, Rozenkruisers of Osho, (of zin heeft op reportage te gaan) wordt door de redactie hartelijk uitgenodigd om hun ervaringen met de lezers van de Zensor te delen .

De Trappisten

Door Harry Stein

Hoewel ik mezelf beschouw als zenboeddhist, klooster ik toch het liefst bij de Trappisten. De Trappisten, officieel de Cisterciënzers van de Strikte Observantie, vormen een in 1098 gestichte kloosterorde die zich toelegt op de strikte naleving van de Regel van Benedictus. Ze kennen een sober leven van studie en gebed, verrichten handarbeid, waarderen stilte en contemplatie en spreken daarom weinig.

Indachtig de aanwijzingen van Benedictus worden bezoekers in een Trappistenklooster hartelijk ontvangen. Ze worden ondergebracht in een “cel” van zo’n tien vierkante meter met daarin onveranderlijk een bed met ouderwetse wollen dekens, een kast, een fauteuil en een bureau met stoel. Op het bureau ligt een bijbel en een boekje met kloosterregels en gebedstijden, waarin ook een nadrukkelijke uitnodiging aan de gast om in ieder geval een aantal keer daags het “koorgebed” bij te wonen. Zeven keer per dag – Metten, Lauden, Terts, Sext, Noon, Vespers en Completen – verzamelen de monniken zich in de kerk voor het koorgebed; het zingen van psalmen, gelardeerd met gebed en bijbellezing. Dit gebeurt volgens een strak schema, waarbij in een jaar tijd alle honderdvijftig psalmen aan de beurt komen.

Deze voorkeur voor de Psalmen boven het Hooglied of de Klaagliederen is mij een raadsel. In de meeste gevallen blijkt de psalmist een rancuneuze en paranoïde man te zijn, die klaagt over hoe zijn vijanden, die steevast “de onrechtvaardigen” worden genoemd, hem dwarszitten en die de Heere smeekt om hen a.u.b. zo snel mogelijk te verdelgen. Een soort boze blanke man, stel ik me zo voor. Maar de regelmaat van het

koorgebed geeft structuur aan de dag en ik sla daarom als ik in het klooster ben geen enkele keer over. Hoogtepunt is daarbij de Metten, wanneer je om vier uur ’s ochtends binnenkomt in een stille kerk die door één kaarsje naast het altaar wordt verlicht, en ziet, als je ogen aan het donker zijn gewend, dat overal al monniken in zichzelf verzonken zitten te wachten tot de dienst begint.

De monniken lijken over het algemeen opmerkelijk vriendelijke en blijmoedige mensen. Niet dat je veel van ze te zien krijgt, trouwens. Hun leven speelt zich af in het besloten deel van het klooster, het “slot”, dat niet voor gasten toegankelijk is. Een beetje bomen met de broeders is er dus niet bij. De Trappisten zijn een stille orde; ze spreken weinig tot niet, en ook de gast wordt geacht zijn maaltijden in stilte te nuttigen en ook verder zo veel mogelijk te zwijgen.

Behalve het koorgebed heeft mijn dag in het klooster geen invulling. Zeker, ik mediteer, lees soms wat, maak dagelijks een wandelingetje en zit veel in de leunstoel voor me uit te staren. Maar niets hoeft. Alleen tijdens het verblijf bij de broeders Trappist leef ik zonder agenda. Dat is denk ik ook de reden dat ik een verblijf bij hen prefereer boven dat in een zenklooster, waar toch weer iemand anders heeft bepaald wanneer en hoe lang ik op een kussentje zit.

De Trappisten zijn economisch succesvol dankzij het brouwen van bier of het fokken van scharrelvarkens en hoewel het verblijf bij hen niet duur is, moet door de grote belangstelling ook het gastenhuis een aardige cent opleveren. Toch komt langzaamaan de klad in het kloosterleven. In de afgelopen vijf jaar is het gastenverblijf van de Achelse Kluis wegens bouwvalligheid op last van de brandweer gesloten, en de broeders van Abdij Sion hebben hun enorme klooster in Diepenveen ingeruild voor een bescheiden optrekje te Schiermonnikoog waar helaas geen gasten meer ontvangen worden. De reden is dat weinig jonge mensen zich nog tot het kloosterleven aangetrokken voelen, zodat de gemeenschappen vergrijzen en langzaam uitsterven. Hoewel, bij mijn laatste verblijf in Koningshoeven zag ik zowaar twee novices van rond de dertig. Misschien staat de Heere toch iets anders voor ogen dan een sterfhuisconstructie. Ik gun het de Trappisten van harte.





HAIKU HOEKJE

De thuisloosheid van meester Bananenboom

Door Harry Stein

In 1672 trekt de ambitieuze, zevenentwintig jarige haikudichter Tosei naar Edo om een naam voor zichzelf te maken in de hoofdstad. Hij betrekt een huurwoning in het bruisende stadscentrum, geeft les, neemt deel aan haiku wedstrijden, redigeert en publiceert haikubundels en slaagt erin om een groeiende kring van leerlingen om zich heen te verzamelen. Maar het leven in het literaire wereldje van Edo bevredigt hem niet. In 1679 laat hij zich tot zenmonnik wijden en een jaar later betrekt hij een bescheiden hutje in de buitenwijk Fukagawa dat zijn leerlingen hem cadeau hebben gedaan. Het is voor het eerst in zijn leven dat hij een eigen huis bezit. Nu hij niet

langer aan de literaire activiteiten in de hoofdstad deelneemt is hij financieel volledig op de giften van zijn leerlingen aangewezen. Van een van hen, Rika, krijgt hij wat later een bananenboom (Jap.: basho) cadeau, die hij op het erf plant. Vanaf dan zal zijn woning bekend staan als de bananenboomhut, en hijzelf als meester Bananenboom – Basho. Het leven in Fukagawa is armelijk en eenzaam:

Bananenboom in de herfststorm – / 's nachts het geluid van de regen /
in de kuip op het erf.

Een jaar later wordt een groot deel van Edo door brand verwoest. De bananenboomhut brand tot de grond toe af, en meester Bananenboom weet het vege lijf te redden door in het water te springen en met een matje op zijn hoofd het vuur om zich heen uit te laten razen. De gebeurtenis maakt grote indruk op Basho: *"…the disaster helped to reconfirm his religious outlook on life. He must have become aware, more than ever, that man is an eternally homeless creature,a traveler who wanders from one temporary shelter to another."* [Uedo, Basho and his Interpreters]

Basho is dakloos en verlaat de verwoeste stad om bij een leerling in de provincie te gaan logeren. De volgende winter houden zijn leerlingen in Edo een inzamelingsactie en bouwen een nieuw huis voor hem. De meester is er niet blijmoediger op geworden:

Weer wonend in de bananenboomhut die is herbouwd:
Het geluid van hagel – / ik blijf, als vroeger, / een oude eikenboom.

Rusteloosheid drijft hem ertoe om op reis te gaan:

In de achtste maand van 1684 verliet ik mijn vervallen hut bij de rivier. De wind klonk onverklaarbaar koud.
In mijn hart / een gebleekt skelet – / mijn lijf doorboord door de wind.

De haiku verwijst naar het bepaald niet denkbeeldige einde van zo'n reis: als gebleekt skelet langs de kant van de weg. Een van Basho's vertalers meent:

"Toen Basho in 1684 aan zijn reis begon, stelde hij zich ten doel de wereld precies te zien zoals hij was. Hij wou zijn ogen niet sluiten voor zijn kwetsbaarheid en


名所江戸百景
せき口
上水端
はせを庵
椿やま
廣重画

onbeduidendheid. Misschien balanceerde hij geestelijk op de rand van de afgrond, maar zijn wanhoop zette hem er juist toe aan om zijn verbeelding de vrije loop te laten, en blijken van echte vriendschap op waarde te schatten." [Jan Vos, De herfstwind dringt door merg en been]

De reis doet hem goed en na thuiskomst leidt hij enkele jaren een zorgeloos dichtersbestaan in zijn hutje. Maar hij heeft de smaak van het zwerven te pakken gekregen. In 1689 geeft hij de bananenboomhut weg en vertrekt voor wat zijn langste reis zal worden: een voettocht van 2200 kilometer (de afstand Amsterdam – Moskou) naar de noordelijke provincies. Zijn reisverslag De smalle weg naar het diepe noorden opent met de woorden:

The moon and sun are travelers of eternity. Even the years wander on. A lifetime adrift in a boat, or in old age leading a tired horse into the years, every day is a journey, and the journey itself is home. From the earliest times there have always been some who perished along the road. Still I have always been drawn by wind-blown clouds into dreams of a lifetime of wandering. [vertaling Sam Hamill]

Ook na deze reis blijft hij rondtrekken, logerend bij kennisen of in kluizenaarshutjes met dichterlijke namen als de onwerkelijke kluis of het huis van de gevallen kaki's. Als hij in 1691 terugkeert naar Edo, bouwen zijn leerlingen voor de derde keer een hut voor hem. Maar Basho lijdt onder de faam die hij zich inmiddels heeft verworven. Bewonderaars lopen de deur plat en de zorg voor enkele familieleden bindt hem aan huis. Zijn stemming is ronduit misantroop:

Nog levend, / gevroren tot één klomp: / zeeslakken.

Het huiveringwekkende beeld van de langzaam bewegende slakken die elkaar niet kunnen ontsnappen omdat ze aaneen zijn gevroren staat wellicht model voor hoe Basho destijds de relatie met zijn medemensen beleefde.Drie jaar later gaat hij voor het laatst op reis, naar de Westelijke provincies om aldaar verblijvende leerlingen te bezoeken. Bij vertrek verkeert hij al in een slechte gezondheid en de reis put hem uit.

Waarom wordt ik / deze herfst zo oud? / Een vogel naar de wolken toe.

Twee weken later sterft hij, omgeven door zijn leerlingen.

Het Sanghastokje

Naam: Joke Heldere Dharma Traan Huiberts
Zenpraktijk sinds: 1990

Wat was voor jou destijds de aanleiding om aan zen te gaan doen?
In mijn jonge jaren gingen geliefde mensen dood. Dit zorgde voor een impasse tijdens de studie aan het conservatorium.
Het woord koan kende ik niet, maar ik had ‘m wel:
Wat is, in het licht van de dood, het belangrijkste dat ik te doen heb?’
Angst om te sterven vóór ik het antwoord werd.
Angst om mij in de muziek te verliezen en De Vraag te vergeten.

In het boek ‘Mensch en Muziek’ van G.C. Kop stond een hoofdstuk: ‘Beoefening der kunsten volgens het zen’, met een verwijzing naar: ‘Zen en de kunst van het boogschieten’ van E. Herrigel.
Herkenning.
Ik dacht dat je voor zen naar Japan moest, maar voor Kyudo kon ik in Zaandam terecht.
Toen had ik een boog onder handen, in plaats van een blokfluit of piano.
Pffff.
Lang heb ik ’t niet volgehouden.
Op 5 april 1990, ’s morgens om 10.00, ontdekte ik de Kosmos in Amsterdam,
waar ene Nico Tydeman…

Waarmee vermaak je je op het kussen?
Met Shikantaza:
Alleen maar treffend zitten.
Of soms juist eenpuntige concentratie op adem of lichaamssensaties, of op geluiden horen.



Wat leidt je af van je zenbeoefening?
Niets.
Alles wat zich voordoet is mijn zenbeoefening.

Welk boeddhistisch woord spreekt je het meest aan?
Liefde.
Niet de romantische liefde, maar een liefde die alles omvat. Ook dat wat onaangenaam is.
Ook z.g. negatieve emoties als woede, verontwaardiging enz.
Men zegt wel dat het woord liefde niet boeddhistisch is. Dat in het boeddhisme compassie gebruikelijk is. Wat maakt het uit?

Wat is voor jou de grootste valstrik in de zen?
Dat ego (wát dit dan ook precies moge betekenen) een hindernis zou zijn op het pad.
Ego is mijn werkmateriaal. Ik sta er op goede voet mee.

Wat betekent het voor jou zelf om een bloem voor iemand te vouwen?
Dank voor deze leuke vraag Maarten!
Lotusbloemen leerde ik vouwen van de Thai in onze buurt.
Ben eraan verslaafd.
Geen servet wordt meer met rust gelaten.
In de zendo liggen vaak vrolijke!
Dan verheug ik me alvast.
Ze weggeven met bv een appel of een mandarijn erin, begon een keer bij Jukai kandidaten tijdens de citysesshin..
De laatste tijd zie en voel ik, wie ik graag een extra knuffel geef, in deze vorm.
Het is een cadeautje van niks.
Ik word er blij van.



In de zomer Zensor

Amor fati

Het thema voor de zomer Zensor is 'Amor fati', of in Nietzsche's woorden; 'Heb datgene lief wat noodzakelijk is'. Over ons huidige leven zegt hij; 'We moeten niets anders willen, niet terugwaarts, niet voorwaarts en niet in alle eeuwigheid'. Amor fati staat voor het onvoorwaardelijk accepteren en bevestigen van ons persoonlijke levenslot. Dit leven zoals het is; met al onze eigenschappen, met alles wat ons overkomt - door ons eigen toedoen of dat van anderen, door ziekte of door geweld van buitenaf - is een onvervreemdbaar onderdeel van onszelf. Dit is wat wij zijn.

Maezumi Roshi zegt: 'Weet je leven werkelijk te waarderen als de kostbaarste schat die er is en zorg er goed voor. Jouw leven is het ware dharma-oog en de subtiele geest van nirwana. Vertrouw erop! Als je dat doet, is je leven, precies zoals het op dat moment is, prajna paramita, wijsheid zelf.'

Hoe ervaar jij dit? Welke ontwikkeling zie jij bij jezelf? Welke struikelblokken waren of zijn er voor jou op dit pad? Deel ze met ons en stuur je bijdrage voor 8 mei a.s. naar Anchorette Koolman (abkoolman@gmail.com) of Egbert Gerritsen (egbertgerritsen@hotmail.nl). Hartelijk dank!

Colofon



Redactie
Connie Franssen
Anchorette Koolman
Alfred Marseille
Egbert Gerritsen
Harry Stein
Jacky Demmers

Ontwerp
Anchorette Koolman & Alfred Marseille

Beeld, beeldredactie & opmaak
Alex Palmboom
Jasper Engel
Liddy Vonk

Redactieadres
Egbert Gerritsen
Zensor@zenamsterdam.nl

Zensor...4 nummers per jaar van herfst t/m voorjaar

De Zensor komt in de zendo te liggen. Voor vaste donateurs is de Zensor gratis beschikbaar; zij kunnen een exemplaar uit de zendo meenemen. Voor alle anderen is de Zensor los te koop voor €3,-

Adres
Zen Centrum Amsterdam
Binnenkant 39
1011 BM Amsterdam
www.zenamsterdam.nl
info@zenamsterdam.nl
06 – 29 12 89 89

De

verdiensten

van thuisloosheid

zijn talloos en onbegrensd

Dogen